ছোটদের খেলা ও খেলনা

অধ্যাপক উদয় পারীক

শিশু লালনী গ্রন্থমালা

বাবা-মা'রা সকলেই প্রতিনিয়ত শিশুকে গ'ড়ে তোলার চেষ্টা করছেন কিন্তু তাঁদের চেষ্টা-যত্ন সত্ত্বেও প্রায়ই তাঁরা ছোটদের নিয়ে নানান মুস্কিলে পড়েন—এ নিয়ে তাঁদের মনে নানান জিজ্ঞাসাও জাগে। বাস্তবিকই ছোটদের মনকে খুব ছোটবেলা থেকে ঠিক মত বুঝতে ও পরিচালিত না করতে পারলে, পরবর্তীকালে বাবা-মা'দের নানান অসুবিধায় পড়তে তো হয়ই—তা ছাড়াও মনোবিজ্ঞানিরা বলেন, বয়স্কদের মধ্যেও সময় সময় যেসব মানসিক ব্যাধি দেখা যায়, তারও মূল নিহিত থাকে, শিশুকালে মন তার সহজ গতিতে বিকাশ লাভ না করতে পারার মধ্যে। কাজেই শিশুদের সেই বহুবিচিত্র মনের ধারার সঙ্গে পরিচিত হয়ে অভিভাবকরা যাতে ছোটদের স্বাধীন দেশের উপযোগী সুস্থ ও সবল-মনা প্রয়োজনীয় নাগরিক করে গ'ড়ে তুলতে পারেন, সেই উদ্দেশ্য নিয়ে, শিশু লালন ও পরিচালন সংক্রান্ত বিশেষ বিশেষ সমস্যাগুলির উপর আলোকপাত করে, এই পুস্তিকামালা প্রকাশের আয়োজন করা হয়েছে।

শিশু মনোবিজ্ঞানের মতন একটি জটিল বিষয়কে যাঁরা স্বতঃপ্রবৃত্ত হয়ে আপন রচনা সম্ভারে সহজ ও সর্বজনগ্রাহ্য করে তোলার ভার নিয়েছেন, তাঁদের কাছে আমাদের ঋণের অন্ত নেই—তাই আশা করি শিশু ও কিশোর কল্যাণকামী মাত্রেই এই প্রচেষ্টাকে সমাদৃত করে তাঁদের সমাদর করবেন।

সম্পাদক

শিশুলালনী গ্রন্থমালা ঃ অষ্টম পুস্তিকা

ছোটদের খেলা ও খেলনা

অধ্যাপক উদয় পারীক

কিশোর কল্যাণ কেন্দ্র
হাওড়া

ভূমিকা

বর্তমান শতাব্দীকে 'শিশুদের শতাব্দী' নামে প্রায়ই আখ্যা দেওয়া হয়ে থাকে। কারণ, যুগের পর যুগ ধরে যে-শিশুকে এতদিন মানুষ অবহেলা করে এসেছিল, বর্তমানে তারই ওপর দৃষ্টি কেন্দ্রীভূত হচ্ছে। এই নতুন যুগসন্ধিক্ষণে আমাদেরও শিশুর ভবিষ্যৎ সম্বন্ধে সচেতন হবার সময় এসেছে। যুগসঞ্চিত মিথ্যা ধারণা ও সংস্কার মুক্ত হয়ে এই কথা ভাববার সময় এসেছে যে, ভারতের ভবিষ্যৎ যাদের ওপর নির্ভর করছে, তাদের গড়ে তুলতে হলে, শিশুপালন সংক্রান্ত সুনির্দিষ্ট এবং সুস্থ দৃষ্টিভঙ্গী থাকা অভিভাবকের পক্ষে একান্ত প্রয়োজন। এই কথা আজ বোঝা দরকার যে, শিশুর প্রতি আমাদের দৃষ্টিভঙ্গী শাসকের না হয়ে সহযোগীর হওয়াই বাঞ্ছনীয়; তাদের প্রয়োজনগুলিও আগে উপলব্ধি করা দরকার এবং সেগুলি পূর্ণ করতে সচেষ্ট হওয়াই সবচেয়ে বড় কথা।

শিশুর জীবনে খেলা হচ্ছে এইরকম একটি অত্যাবশ্যক প্রয়োজনীয় বস্তু। অভিভাবক হিসাবে আমাদের দেখা উচিত, শিশু যাতে খেলাধূলার সুযোগ পেয়ে বড় হতে পারে। খেলাধূলা যে শিশুর সর্বাঙ্গীন বিকাশের পক্ষে কতখানি কাজ করে থাকে, তা আমরা অনেকেই খোঁজ রাখি না। খেলাধূলা শিশুর পক্ষে এমনি দরকারী জিনিস যে, একে শিশুর 'আহার' বললেও অত্যুক্তি করা হয় না। আমাদের তাই অনুরোধ যে, শিশুকে তার এই অত্যাবশ্যকীয় প্রয়োজন থেকে বঞ্চিত করে, তাকে দয়া করে অপরাধপ্রবণ এবং স্নায়বিক রোগগ্রস্ত করে তুলবেন না। খেলাধূলায় বঞ্চিত শিশুর সম্বন্ধে আলোচনা প্রসঙ্গে মনোবিদ, ডক্টর বার্ট বলেন যে, প্রচুর পরিমাণে খেলাধূলার মধ্যে দিয়ে যে-শিশুর বিকাশ লাভ না ঘটে, সে শিশু হয়তো বড় হয়ে চিরতরে সামাজিকগুণের বাইরে চলে যেতে পারে, হয়তো তার নৈতিক বিকৃতি ঘটতে পারে, তার বুদ্ধিবৃত্তি ও সৌন্দর্য বোধ হয়তো হীন হতে পারে, তার আধ্যাত্মিক বিকাশ নাও ঘটতে পারে এবং দেহের দিক দিয়েও সে চিরতরে দুর্বল রয়ে যেতে পারে।

তা হলে ভেবে দেখুন, শিশুর পক্ষে প্রয়োজনীয় এত বড় একটি জিনিসকে কি আমরা অবহেলার চক্ষে দেখতে পারি ? কিন্তু বাস্তবে বেশীর ভাগ শিশুর ভাগ্যে ঘটে তাই-ই। শিশুর ব্যক্তিত্ব বিকাশের পক্ষে এই অতি প্রয়োজনীয় উপাদানটিকে অভিভাবকেরা যাতে যথাযথভাবে কাজে লাগাতে পারেন, সেই উদ্দেশে এই সামান্য পুস্তিকাটি লিখলাম। আশাকরি পুস্তিকাটি অভিভাবক-অভিভাবিকাদের প্রয়োজন মেটাতে কিছুটা সমর্থ হবে।

কিশোর কল্যাণ কেন্দ্রের পক্ষ থেকে আমার ওপর এই নিবন্ধটি রচনার ভার দেওয়ায় আমি নিজেকে সম্মানার্হ মনে করছি। শিশুপালন সংক্রান্ত বিষয়াদির ওপর আলোকপাত করে তাঁরা সাধারণ অভিভাবক ও অভিভাবিকাদের শিক্ষার জন্য যে পুস্তিকামালা প্রকাশের আয়োজন করেছেন তার জন্য সত্যি তাঁরা সকলের ধন্যবাদের পাত্র।

পরিশেষে লেখকের বক্তব্য এই যে, বাংলাভাষার ওপর তেমন দখল না থাকাতে হয়তো সব কথা পরিষ্কার করে বলা হয়নি ; এজন্য যদিও অত্যন্ত লজ্জিত বোধ করছি, তবে ভরসার বিষয় এই যে, বন্ধুবর শ্রীনির্মাল্য বসু ও শ্রীতারেকশ্বর তেওয়ারী আমাকে এ বিষয়ে সাহায্য করে আমার এ ত্রুটি যেমন ঢাকার চেষ্টা করেছেন তেমনি আমাকে চিরঋণে আবদ্ধও করেছেন। এ বিষয়ে স্নেহভাজন, শ্রীমান গৌর সিংয়ের কাছেও আমি যথেষ্ট সাহায্য পেয়েছি। বস্তুত তাঁদের সকলের অকৃত্রিম সাহায্য ও উৎসাহ না পেলে বাঙালার মা-বাবা ও কিশোর পরিচালকদের হাতে এ পুস্তিকা তুলে দেওয়া একরূপ অসম্ভবই হতো। এখন এই পুস্তিকা পাঠে তাঁরা যদি কিছুমাত্র উপকৃত বোধ করেন, তবে লেখক নিজে কৃতার্থ বোধ করবে।

শিক্ষক-শিক্ষণ মহাবিদ্যালয় ;
বিকানীর।

শ্রীউদয় পারীক

ছোটদের খেলা ও খেলনা

শিশুর খেলা ও সাধারণের ভাবনা

আপনি নিশ্চয়ই কোন বালক-বালিকার অভিভাবক। আপনার সামনে নিশ্চয়ই কখনো না কখনো এই সমস্যা এসেছে যে, আপনার ছেলেমেয়েরা খেলাধূলার দিকে যতটা মন দেয় লেখাপড়ার দিকে ততটা দেয় না। এতে আপনি উদ্বিগ্ন হয়ে উঠেছেন এবং ভেবেছেন যে, কেন তাদের খেলাধূলার দিকে অত ঝোঁক, লেখাপড়া বা এইরকম অন্য কাজে তাদের মন নেই কেন ? কিন্তু বাস্তবিক কি আপনি কখনো এ বিষয়ে কিছু চিন্তা করেছেন অথবা গভীরভাবে কখনো বিশ্লেষণ করে দেখেছেন যে, ছেলেরা খেলাধূলা এত পছন্দ করে কেন ? যদি আপনি ভেবে থাকেন, তাহলে আপনি নিশ্চয়ই বুঝতে পেরেছেন যে, খেলাধূলা জিনিসটা মোটেই খারাপ কিছু নয়। এই কথাটি উপলব্ধি করবার জন্য মনোবিজ্ঞানের পণ্ডিত হবার দরকার করে না। শুধু আপনাকে ছেলেমেয়েরা কি চায়—তাদের কাছে কিসের আবশ্যকটা বেশী—সেইটেই জানা উচিত। তাছাড়া আপনি বোধ হয় মনে করেন যে, খেলাধূলা ভালো হলেও এতে যথেষ্ট সময় নষ্ট হয়। কিন্তু যদি আপনার এই ধারণা হয় যে, খেলাধূলা একটা বাজে কাজ আর এতে শুধু সময়ের অপব্যয়ই হয়, তবে আসুন আমরা আপনার এই ভ্রমাত্মক ধারণাটি দূর করার চেষ্টা করি।

খেলা বলতে কি বুঝি

যাঁরা কিশোর-কল্যাণকামী তাঁদের এই জিনিসটা প্রথমেই জানা উচিত যে, ছেলেরা খেলে কেন ? এবং কোন কোন কাজকে খেলা বলে ?

আপনি কোন ছেলেকে মাটির ঘর ইত্যাদি প্রস্তুত করতে দেখেছেন? আপনার কি কখনো বলার আবশ্যক হয়েছে যে, তোমরা বাইরে গিয়ে ঘর তৈরী কর? বালক নিজে নিজেই বাইরে যায় এবং ঘর তৈরী করে। কিন্তু মজা দেখুন, বই পড়বার জন্য তাকে বারবার বলতে হয়। তাহলে আপনি দেখলেন খেলার বৈশিষ্ট্যই হচ্ছে যে, খেলা শিশুকে আপনা থেকেই আকৃষ্ট করে। বালক নিজে থেকেই এই কাজ করে—এর জন্য বাইরের কোন আদেশ অনুরোধের আবশ্যক করে না। এই জন্যই ছেলেরা খেলাধূলা এত বেশী পছন্দ করে।

সঙ্গে সঙ্গে এও আপনি দেখেছেন কী যে, খেলার সময় শিশুরা সম্পূর্ণ স্বাধীন থাকে? যখন কোন বালক মাটির ঘর তৈরী করে, তখন সে নিজের ইচ্ছামত তাকে ছোট বড় মাঝারী নানারকমের করতে পারে। তাতে এক অথবা একের অধিক জানালা দিতে পারে—যখন ইচ্ছা তাকে ভেঙে ফেলতে পারে। কিন্তু লেখাপড়ার সময় কি তার এই স্বাধীনতা থাকে? নির্ধারিত সময়ে তাকে পড়তেই হয়। শুধু এই-ই নয়—নির্ধারিত বিষয় এবং নির্ধারিত পাঠও পড়তে হয়। তাহলে আপনিই বলুন ছেলেরা কোনটা পছন্দ করবে, খেলা না পড়া? সে সেইকাজ করাই পছন্দ করবে, যেখানে থাকবে তার স্বতন্ত্রতা অথবা মানতে হবে না অন্য কারো নিয়ন্ত্রণ।

খেলার সবচেয়ে বড় বৈশিষ্ট্য আপনি তখনই জানতে পারবেন, যখন আপনি বালককে খেলাধূলার সময় এবং অন্য কাজ করার সময় ভালো করে লক্ষ্য করবেন। আপনার ছোট্ট তুতুলমণি বাইরের দাওয়ায় বসে তার পুতুল মেয়েকে ঘুম পাড়াচ্ছে—আপনি চুপটি করে তার চেহারাটি লক্ষ্য করুন তো। দেখুন তো কী রকম ঝল্ মল্ করছে তার মুখ! কিন্তু সেই-ই যখন পড়তে বসে, তখন? তখন আপনি দেখেছেন তার চেহারাটি কী রকম বিষণ্ণ ও উদাস ধরনের হয়ে যায়। ছোটরা খেলার সময় যে-আনন্দ পায়—লেখাপড়ার সময়

তা পায় না। অন্যথা সে খেলা অপেক্ষা কাজ করবে না কেন ? এই 'আনন্দ'টিই খেলার সব চেয়ে বড় বৈশিষ্ট্য। আর এইটিই হোল খেলাধূলা প্রিয়তার সব চেয়ে বড় রহস্য।

খেলা বনাম কাজ

আপনি দেখলেন, যে-কাজটি স্বতঃপ্রণোদিত হয়ে করা যায়—যাতে স্বাধীনতা থাকে এবং আনন্দ পাওয়া যায় তাকেই বলে খেলা। এখন আপনি বলবেন যে, এটা তো অনেক ছেলেরাই বই পড়বার সময়ও অনুভব করে। অনেকে সেই সময়েও সেই আনন্দ অনুভব করে। তবে আপনি ব্যস্ত হচ্ছেন কেন—এই কাজটিও তখন তাদের কাছে খেলাই। আবার আপনি এও দেখেছেন যে, অনেক লোকের জীবিকাই হচ্ছে খেলা। তারা কোন টিমে চাকরি করেন এবং খেলার জন্যই মাইনে পান। তাদের এই খেলাকে খেলা বলবেন ? না। নিশ্চয়ই না। এটা তাদের খেলা নয় কাজ—যেমন আমাদের চাকরি। খেলা এবং কাজের পার্থক্য কোন কাজ-বিশেষের দ্বারা নির্ধারণ করা যায় না। আমরা কোন কাজকে সর্বদা খেলা এবং কোন কাজকে সর্বদা কাজ বলতে পারি না। যদি কোন কাজের সঙ্গে আনন্দ, ইচ্ছার স্ফূর্তি, স্বাধীনতা এবং স্বতঃপ্রেরণা থাকে, তবেই তাকে খেলা বলা চলে। আজকালকার শিক্ষাবিদ বা মনোবিজ্ঞানীরা এই কথা বলেন যে, শিক্ষাটা খেলার মত করে দেখা উচিত। তার মানে এই নয় যে, সমস্ত দিন ধরেই স্কুলে খেলা করানো। তাঁদের আসল কথাটা এই যে শিক্ষাতে সেই ভাবনাটিই আসুক—যেটি খেলাতেই আসে। অর্থাৎ ছেলেদের শিক্ষা অর্জন করার স্পৃহা স্বতঃপ্রণোদিতভাবে আসুক—শিক্ষাতে শিশুর চিন্তার স্ফূর্তি পাক এবং তার ফল স্বরূপে শিক্ষা থেকে সে আনন্দ উপলব্ধি করুক। আশা করি আপনিও এই ধারণার সঙ্গেই একমত।

শিশু খেলে কেন

খেলাধূলার এই প্রক্রিয়াটা শুধু মানুষের মধ্যেই নয়—পশুপক্ষীদের মধ্যেও দেখা যায়। আপনি বিড়ালছানাকে নিশ্চয়ই কোন না কোন কিছুর পিছনে ছুটতে দেখে থাকবেন—কুকুরের বাচ্চাকেও আপস-লড়াই করতে দেখেছেন নিশ্চয়ই—এগুলো তো তাদের কাছে খেলাই। খেলার ক্রিয়া স্বাভাবিক এবং সহজাত। পশুপক্ষী অথবা বালককে খেলা শিখতে হয় না। কিন্তু আপনি ভেবেছেন কি—এটা কী করে সম্ভব? আপনি জানেন ক্ষুধা-তৃষ্ণা প্রাণী মাত্রেরই সহজাত এবং স্বাভাবিক। প্রত্যেকটি মানুষের এবং প্রতিটি প্রাণীরই খিদে পায়। যদি আপনার দু'দিন খিদে না পায় তবে আপনি চিন্তিত হয়ে ওঠেন। এরকমটি হয় কেন? কারণ ক্ষুধা একটা প্রাকৃতিক নিয়ম। এর দ্বারা আপনার শরীর তার নিজের অস্তিত্বের জন্য প্রয়োজনীয় জীবন ধারণের উপাদানগুলির তাগিদ অনুভব করে। খিদে না পেলে শরীরের স্বাভাবিকতা ক্ষুণ্ণ হয় এবং এটা অস্বাস্থ্যসূচক। খেলাও ঠিক একরকমের ক্ষুধা। খেলার প্রক্রিয়াও জীবনধারণের একটি সাধনা—সেটা প্রকৃতির তরফ থেকে নিজেই বিকশিত হয়ে থাকে। যেমন খিদে না-লাগা বা কম লাগা একরকম চিন্তার বিষয়, ঠিক সেই রকম শিশুর খেলায় অনিচ্ছা বা কম ইচ্ছাও আর একটি চিন্তার বিষয়। যেমন খিদে না পেলে শারীরিক অসুস্থতা বোধ হয়, তেমনি খেলার ইচ্ছা না থাকলেও বালকের মানসিক অসুস্থতা জানা যায়। খেলা জীবনকে পুষ্ট করে। কাজেই, খেলা জীবনের পরিপূর্ণ বিকাশের জন্য প্রকৃতির একটি গোপন কৌশল বলা যেতে পারে।

খেলার আবশ্যকতা

খেলার আবশ্যকতার কথা মানুষ বেশী ভাবে না। এটা নিশ্চয়ই দুর্ভাগ্যের বিষয় যে, খেলার প্রতি মানুষের খুব বেশী আসক্তি বা স্পৃহা

নেই। যখন আপনার ছেলের অক্ষুধা হয়, তখন আপনি নিশ্চয়ই ওকে ডাক্তারের কাছে নিয়ে যান এবং জানতে চেষ্টা করেন তার এই অক্ষুধার কারণটা কি ? কিন্তু যদি আপনার ছেলে খেলাধূলার প্রতি বিতৃষ্ণ হয়ে চুপচাপ বাড়ীতে বসে থাকে, তখন আপনার কোনরূপ চিন্তাই হয় না। কিন্তু বালকের বিকাশের জন্য খেলার উপযোগিতা যে অত্যন্ত বেশী, সেটা বোঝাও নিতান্ত আবশ্যক। যদি কোন ছেলের খিদে পেলে আপনি তাকে পর্যাপ্ত আহার্য না দেন এবং নিয়মিত এই রকমই করতে থাকেন, তাহলে কী হবে সেটা বলা বাহুল্য। সেই রকম যদি কোন বালককে আপনি খেলার সুযোগ অথবা অবসর না দেন, তবে সেটা তার বিকাশের পক্ষে মারাত্মক হয়ে দাঁড়াবে।

বালকের সর্বাঙ্গীন বিকাশের জন্যই খেলার আবশ্যকতা। বালকের শারীরিক বিকাশ খেলার ওপরই সবচেয়ে বেশী নির্ভর করে। বিড়ালছানাকে নিশ্চয়ই আপনি কোন কিছুর পিছনে ধাওয়া করতে দেখেছেন, কিন্তু এটা করে ওর কি লাভ ? এর সবচেয়ে বড় উপযোগিতাটা এই যে, ছোটাছুটির দ্বারাই তার অঙ্গ-প্রত্যঙ্গগুলির পুষ্টি হয়ে থাকে। ঠিক সেইরকমই ছোট ছোট শিশুদেরও আপনি হাত-পা ছুঁড়ে ছুঁড়ে খেলতে দেখেছেন ;—এতে ফল ? এইরকম করার ফলে তার মাংসপেশী সুদৃঢ় এবং মজবুত হয়ে ওঠে। এই প্রকার খেলা বালকের শারীরিক গঠন এবং বিকাশের জন্য আবশ্যক হয়। যে-ছেলে কম খেলে, শরীরের দিক থেকে সে স্বাভাবিকভাবেই দুর্বল হয়ে থাকে।

শারীরিক বিকাশের সঙ্গে সঙ্গে খেলাতে বালকের মানসিক বিকাশও হয়। খেলার দ্বারাই বালক তার পারিপার্শ্বিককে বুঝতে পারে এবং তার নতুন পরিস্থিতিকে গ্রহণ করে। আপনি প্রায়ই বালকদের নিজেকে ডাক্তার সেজে অপর কাউকে রোগী সাজিয়ে খেলতে দেখেন। এই খেলার মাধ্যমেই বালক ডাক্তারের কাজটাকে গ্রহণ করছে। এ

ছাড়াও খেলার মধ্যে দিয়ে বালকের বিচার শক্তির বিকাশ হয়। সে তার খেলার-সংসারকে নিজে যে-সংসারে থাকে তার অনুরূপ করে তুলতে চেষ্টা করে। এতে তার মনে যুক্তির ভাবটা সক্রিয় হয়ে উঠতে থাকে। যখন তারা কোন যুদ্ধের খেলা খেলে, তখন তাদের চট্‌পট্‌ সিদ্ধান্ত নিতে হয়; এতে করে তাদের দ্রুত মন স্থির করে কাজ করবার ক্ষমতা জন্মায়। এমনিভাবে খেলার বিশ্লেষণ করে আমরা দেখতে পারি যে, খেলা কেমন ভাবে মানসিক-শক্তি বিকাশের উপাদানগুলি যোগায়।

খেলা ছোট ছোট ছেলেমেয়েদের পক্ষে একধরনের মানসিক আহার। খেলা তাদের চেতনা-বোধ বিকাশে সহায়তা করে। খেলনা দিয়ে খেলতে খেলতেই তাদের স্পর্শেন্দ্রিয়ের বিকাশ ঘটে। যখন সে কোন কিছু (কাপড়ের পুতুল) দাঁত দিয়ে কাটে, তখন সে স্বাদেন্দ্রিয় দিয়ে পরীক্ষা করে—এই জন্য মন্তেসরী পদ্ধতিতে খেলার স্থান খুব উঁচুতে।

খেলাতে বালকের কল্পনাশক্তির বিকাশ হয়। যখন বালক পুতুল গড়ে, তখন তার প্রতিটি অঙ্গপ্রত্যঙ্গ ও অঙ্গসংস্থানের প্রতি লক্ষ্য রেখেই সে করে। আপনি আপনার মেয়েকে পুতুলের সঙ্গে শুধু খেলতেই দেখেন, কিন্তু আপনি ওকে পুতুল সম্বন্ধে সমস্ত কথাটা বলতে বলুনতো, তখন তার বিস্তৃত বিবরণ শুনে দেখবেন আপনি আশ্চর্য হয়ে যাবেন। ভেবে দেখুন, আপনার মেয়েটি কি কোন সাহিত্যকার অথবা কবির চেয়ে কম? উর্বশীকে কল্পনা করেছেন যে কবি, ঠিক তার মতই বালকেরা পুতুলের সম্ভাব্য সমস্ত রকম সৌন্দর্যেরই কল্পনা করে থাকে। ঠিক এইরকমই যুদ্ধের খেলার সময়, যুদ্ধক্ষেত্র, সৈন্য সমাবেশ ইত্যাদি গোটা যুদ্ধের সম্পূর্ণ একটা চিত্র সে মনে মনে কল্পনা করে নেয়।

খেলার মধ্যে দিয়ে বালকের ব্যক্তিস্বাতন্ত্র এবং আত্মবিকাশও ঘটে থাকে। প্রত্যেক ব্যক্তিই আত্ম-অভিব্যক্তি (self expression)

চায়। নিজের ভাব এবং বিচার বুদ্ধির প্রকাশ চায়। লেখক লেখে কেন? কবি কবিতা রচনা করে কেন? এই রকম ভাবে নিজেকে ব্যক্ত করতে না পারলে ব্যক্তিসত্তা সন্তোষ লাভ করতে পারে না। যদি কোন ব্যক্তি আত্মপ্রকাশের অবসর না পায়, তবে নিজের প্রতিই তার নিজের অসন্তোষের অন্ত থাকে না। খেলা এইরকম একটি সাধনা—যার দ্বারা বালক তার নিজের বিচারশক্তি, ভাবনা এবং নিজেকেই সম্পূর্ণ ব্যক্ত করতে পারে। এতে বালকের আত্ম-বিশ্বাসের উদ্ভব হয় এবং নিজের ভাব ও বিচারশক্তির পরিপক্কতা ও সম্পূর্ণতা ঘটে।

খেলা সামাজিক বুদ্ধি বিকাশেরও উপযোগী। সমাজে বাস করার জন্য বালককে অপরের সহযোগিতা এবং নিজের অবাধ ইচ্ছার মধ্যে একটা ভারসাম্য রক্ষা করতে হয়, তার শিক্ষা সে পায় এই খেলাধূলা থেকেই। সমষ্টিগত খেলাতে বালক তার নিজের ইচ্ছামত সবকিছু করতে পারে না। সেখানে তাকে মারও খেতে হয়। এইরকম সামাজিক গুণগুলির প্রথম বিকাশ খেলার মধ্যে দিয়ে হয়ে যায়। নেতৃত্বের ভাবনা ও শিক্ষাও সে খেলার মধ্যে দিয়ে পায়।

এতে করে বালকের সামগ্রিক বিকাশের পক্ষে খেলার উপযোগিতা যে কত বেশী তাই বোঝা যায়। খেলা বালকের শারীরিক মানসিক, নৈতিক এবং সর্বাত্মক বিকাশের সহায়ক। কিন্তু বালকের আবশ্যকতা এবং অবস্থা অনুসারে তার খেলা ও খেলার ধরণ পৃথক পৃথক হতে পারে। তিন মাসের শিশুর আবশ্যকতা তিন বছরের বালকের আবশ্যকতা থেকে ভিন্ন। তাদের খেলার প্রকার এবং পদ্ধতিতেও পার্থক্য দেখা যায়।

বয়সানুপাতে খেলার বৈচিত্র্য

কোন্ বয়সের শিশু কি ধরনের খেলা পছন্দ করে, ঐ বয়সে তার উপযোগী খেলনাই বা কি ধরনের হওয়া উচিত, এটা সকল

অভিভাবকেরই জানা দরকার। কারণ শিশুর খেলার ধরণ দেখেই তার বিকাশ সম্বন্ধে খানিকটা সম্যক ধারণা করা যায়। ধরুন আপনার ছেলে তিন বছরের—কিন্তু সে এখনও হামা টেনে চলে তখন আপনার কি রকম লাগে? আপনার দুঃখ হয় এই ভেবে যে, তার শারীরিক বিকাশ ঠিকভাবে হচ্ছে না। অথবা আপনার ছোট্ট ছেলেটি যখন আধো-আধো কথায় বলে, তখন তা শুনতে আপনার ভালোই লাগে কিন্তু যদি আপনার দশ বছরের ছেলেটি ঠিক ঐ ভাবেই কথা বলে, তখন আপনার চিন্তা না হয়ে পারেই না। যদি আপনার তিনবছরের ছেলে তার পুতুলকে মুখে পুরে কামড়ে কামড়ে খেলা করে, তবে সেটা অস্বাভাবিকই জানবেন।

বালকের বয়স অনুসারে আমরা খেলাকে তিনভাগে বিভক্ত করতে পারি। প্রথমত শিশুরা এইরকম খেলা পছন্দ করে যাতে তাদের শারীরিক অবয়ব ও জ্ঞানেন্দ্রিয়গুলির প্রয়োগ হয়। এই সময়ে বালকের কল্পনা শক্তি একটু অস্পষ্ট থাকে—সেইজন্যে সে জিনিসগুলির পরিবর্তিত রূপ দেখতে পারে না। এরকম অবস্থা প্রায় আট মাস পর্যন্ত থাকে। প্রায় দেড় মাস থেকে তিনমাসের শিশুর হাত-পা ছোঁড়াকে আমরা খেলা বলতে পারি। নবজাত শিশুর হেলা-দোলার ভঙ্গীতে এইসব গতি কিন্তু ভিন্ন। আপনি শিশুকে হাত-পা ছুঁড়তে দেখুন—আপনি তার চেহারার মধ্যে সন্তোষ বা আনন্দের ভাব দেখতে পাবেন। এটাও তার একরকমের খেলা। সবচেয়ে আগে, আঙ্গুলগুলি বা হাতের গতি থেকে এই খেলা আরম্ভ হয় পরে পায়ের, মাথার এবং বাহুর গতি হয়।

তিন মাসের বেশী বয়সের শিশুদের এই সব গতির সঙ্গে সঙ্গে বস্তু মিশ্‌তে আরম্ভ হয়। যারা শিশুর খেলার ধারাবাহিক অধ্যয়ন করেছেন, তারা বলেন যে, শিশু তিন চার মাসের পরে হাতের কাছের আশেপাশের জিনিস পত্র নাড়াচাড়া করতে শেখে—তারপরে ঘষা, টানা এবং ধাক্কা দিতে শেখে। দশ মাসের হবার পর তার কোন

কিছু ছুঁড়ে ফেলার অভ্যাস হয়। ছ' মাসের পর শিশু দু'টি জিনিসকে একসাথে ধরে রাখতে পারে। আট থেকে দশের মধ্যে দু'টো জিনিস নিয়ে ঠোকাঠুকি করতে পারে। দশ থেকে বারো মাসের মধ্যে শিশু দু'টো কাজ এক সঙ্গে করতে পারে। যেমন রবারের পুতুলের পেট টিপে তার শব্দ শোনা। আপনি হয়তো দেখে থাকবেন এ-বয়সের শিশু খুব দ্রুত হাত পা ছুঁড়তে পারে। কিন্তু যখন বাধা পায় তখন অন্যকাজে মন দেয়। সঙ্গে সঙ্গে যদি তার চেষ্টা সফল হয়, তবে সে খুবই খুসী হয়, নচেৎ নয়। ধরুন, একটি বালক কোন কিছু ধরবার জন্য হাত বাড়াচ্ছে, যদি সেই জিনিসটা ধরতে পারে তাহলেই সে খুসী, নইলে নয়।

মনোবিজ্ঞানীদের পর্যবেক্ষণ এবং অনুসন্ধানে এটা জানা গেছে যে, প্রায় এগারো মাসের কাছাকাছি শিশুর খেলার ধারায় পরিবর্তন হয়। আপনি নিশ্চয়ই একবছরের শিশুকে তার পুতুলকে কিছু খাওয়াতে দেখেছেন। এই বয়স থেকেই শিশুর ভিতর ধীরে ধীরে কল্পনা শক্তির বিকাশ হতে থাকে। এ অবস্থায় সে সেই রকমের কাজ করে, যার অর্থ তার মতে অন্য কিছু—অর্থাৎ সে, সেই কাজকে কল্পনায় অন্য কিছু রূপ দেয়। শিশু যখন কোন কিছু অখাদ্য—ধরুন যখন একটা পেন্সিল নিয়ে মুখে দিচ্ছে, মানে খাওয়ার মতন করছে—তখন সে খাওয়ারই কল্পনা করছে বুঝতে হবে। এরকম অনেক কাজ আপনি দেখেছেন। ধরুন কোন জিনিসকে সিগারেটের মত খাওয়া অথবা কোন কাল্পনিক ব্যক্তিকে হাত দিয়ে আদর করা বা ঘুম পাড়ানোর মত করে চাপড়ানো ইত্যাদি। এক বছর বয়সের পর থেকে শিশুর খেলা এইরকম কল্পনার আধারেই চলে এবং শিশুর খেলার পরিধি অনেক বেড়ে যায়। এর চরম সীমা সাড়ে তিন বছর পর্যন্ত।

পনেরো মাস বা আঠারো মাসের শিশুদের খেলাতে আবার পরিবর্তন দেখা যায়। এ বয়সের আগে যদি আপনি শিশুর সামনে

কাঠের টুক্‌রোর কোন জিনিস তৈরী করে রেখে দেন, তাহলে সে তা ভেঙে ফেলবে বা ভাঙতে চেষ্টা করবে। পনেরো বা আঠারো মাসের পর থেকে তার মনে কোন কিছু তৈরী করবার প্রবৃত্তি জাগে। সে গভীরভাবে বুঝতে চষ্টা করে কি দিয়ে এবং কেমন করে এটা তৈরী হোল। এই বয়সে সে নিত্য নতুন কিছু তৈরী করতে চায়। এ বয়সের আগে শিশু কাঠের টুক্‌রো বা ঐ জাতীয় বস্তুগুলিকে ইতস্তত ছড়িয়ে ফেলতো; কিন্তু এ-বয়সে তার এই রকম একটা প্রবৃত্তি আসে যে, সে একটা আর একটার ওপর রেখে, অথবা পাশাপাশি রেখে চলবার চেষ্টা করে। এই প্রবৃত্তি বা প্রেরণা হচ্ছে সৃষ্টির প্রেরণা। সে নিজেই কিছু সৃষ্টি করতে চায়। সে এখন জিনিসগুলিকে একটা বিশেষ পরিকল্পনা অনুসারে রাখবার চেষ্টা করে আর পরে মূল্য নিরূপণের চেষ্টা করে। পরে এসব কাজ পূর্ণ হলে সে সন্তোষ লাভ করে। সব চেয়ে বড় কথা যে, এইসময় তার ধ্যান বা কল্পনা নিজের কাজের গতির দিকে যায় না, বরং তার উদ্যমের পরিণতির দিকেই নিবদ্ধ থাকে।

দেড় বছর থেকে তিন বছর পর্যন্ত, শিশু জিনিসগুলিকে পাশাপাশি রেখে তাদের সুসম্পূর্ণতা নিরীক্ষণের চেষ্টা করে। সে বিনা-আকৃতির জিনিস—যেমন মাটি, বালি ইত্যাদি বিষয়ে আকর্ষণ বোধ করে এবং সেই সব উপাদানের সাহায্যে সে কোন কিছু তৈরীর চেষ্টা করে। আস্তে আস্তে শিশুর ভিতরে অস্পষ্ট আকৃতির জিনিস তৈরী করার ক্ষমতা জাগে। পাঁচ বছরের আগে পর্যন্ত এই ক্ষমতা পূর্ণতা লাভ করে না। এ বয়সে অথবা এর পরে, শিশু কোন কিছু দেখে তার নকল করতে পারে। এই সময়ে শিশুর কলের পুতুল ইত্যাদি নিয়ে খেলতেই বেশী ভাল লাগে। ছ' বছর থেকে দশ বছর পর্যন্ত এই প্রবৃত্তি ক্রমে গুরুত্ব লাভ করে থাকে। শিশুদের মধ্যে এই প্রবৃত্তির মাধ্যমেই শিক্ষার বিকাশ হয়, নির্মাণ ক্ষমতা বাড়ে এবং শিশু ভাবী জীবনের উপযোগী হয়ে ওঠে।

শিশুর খেলনা প্রসঙ্গে শিশুর খেলার স্থান নির্বাচন করার কথাটাও বিবেচনা করা দরকার। খেলার জন্য যদি শিশুকে ঘরের একটি কোণ বা বারান্দার একটু ফালি ঠিক করে দেন, তবে খুব ভালো হয়। শিশু তাহলে বুঝতে পারে যে, এই জায়গাটুকুতে তার চলা ফেরার স্বাধীনতা আছে। এখানে সে তার ইচ্ছামতো এটা ওটা ধরতে পারবে, নাড়তে পারবে। বড়দের জিনিসে হাত দেওয়ার জন্য বকুনী খেতে হবে না—এখানে সে প্রাণভরে খেলতে পাবে।

শিশুর খেলনা নির্বাচন

বালক অথবা বয়স্কদের খেলা কোন সামগ্রী ছাড়া হতেই পারে না। বালক মাটির বাড়ী তৈরী করে অথবা কাঠের টুকরোকে ঘোড়া বানিয়ে চালায়। মাটি বা কাঠ তার খেলার উপাদান। এই রকমভাবে সে অন্য খেলনা বা পুতুলের কাজ চালায়। খেলনারও মহত্ব খেলার মতই, তাই খেলনা নির্বাচন বিষয়ে আমাদের বিশেষ দৃষ্টি রাখা উচিত। আমরা দেখেছি যে, খেলার রূপ, বালকের বয়স এবং বিকাশের অবস্থার উপর নির্ভর করে—সেই প্রকার খেলনাও বালকের বয়স অনুসারে নির্বাচন করা উচিত। যখন আপনি আপনার ছেলের জন্য কোন খেলনা কেনেন তখন আপনি ভাবেন যে, এই খেলনাটি কত ভালো। এই বাঁদরের চোখ দুটি দেখো, মনে হয় যেন সে সত্যিই হাসছে। যেই এই কথা মনে হয় আর তখুনি আপনি ছেলের জন্য তা কিনে নেন। কিন্তু এটা কিনলেন আপনি আপনার নিজের পছন্দ মাফিক। আপনি কি কখনো ভেবে দেখেছেন যে, এটা আপনার ছেলের পছন্দসই হবে কিনা ? অথবা এটা আপনার ছেলের মানসিক প্রয়োজনের অনুকূল হবে কি না ? ছেলেমেয়ের খেলনা কেনার সময় এই সব কথা বিশেষভাবে মনে রাখতে হয়। বালকের বয়সানুসারে খেলনা নির্বাচনের সাথে সাথে খেলার আনুসঙ্গিক অন্য সব বিষয়বস্তুর কথাও মনে রাখা উচিত।

খেলার সামগ্রী এমন হওয়া উচিত, যাতে বালক তার প্রতি স্বাভাবিকভাবে এবং সহজেই আকৃষ্ট হয়। খেলনা এমন হবে না যাতে তার স্বাস্থ্যের পক্ষে ক্ষতিকারক হতে পারে। যদি সে এঁদো পুকুরের মাটি নিয়ে ঘর তৈরী খেলা খেলে তবে তাতে করে তার ম্যালেরিয়া ইত্যাদি হবার আশঙ্কা থাকে। যদি আপনি আপনার শিশুকে এমন কোন জিনিসের তৈরী খেলনা দেন, যা সহজেই গলে যেতে পারে এবং সে তা যদি খায় তবে তার স্বাস্থ্যের ক্ষতি হতে পারে। কাজেই খেলার সামগ্রী এমন হওয়া উচিত যা বালকের পক্ষে ক্ষতিকর না হয়। কোন ছুঁচালো জিনিস দিয়ে খেলবার সময় বালক তার চোখে খোঁচা লাগিয়ে দিতে পারে বা কোন ভারী জিনিস দিয়ে খেলার সময় তার হাতে পায়ে চোট লেগে যেতে পারে। খেলার সামগ্রী সাদাসিদে, সরল ও সহজ (Simple) হওয়া উচিত। বেশী কারুকার্য করা খেলনা শিশুর পক্ষে ভালো নয়। খেলনার আকার ও আকৃতি তার উপযোগী হওয়া উচিত। ছোট ছোট শিশুদের জন্য ভারী খেলনা অনুপযুক্ত। খেলার সামগ্রী পরিবর্তনশীল হলেই ভালো হয়। খেলনা দিয়ে যদি বালক নানাভাবে নানা রকমে খেলতে পায়, তবে তা আরো মজাদার হয়ে ওঠে। কিন্তু সব চেয়ে বড় কথা এই যে খেলনা যেন বালকের সুরুচির উদ্দীপক হয় এবং বালকের খেলার স্পৃহাও জাগায়। এটা তখুনি সম্ভব, যখন আমরা বালকের বয়স এবং তার মনের চাহিদা অনুযায়ী খেলনা কিনি।

শিশুর বিকাশ ও খেলনা

শৈশব থেকেই শিশুদের সামনে কোন না কোন ঝল্‌মলে রঙীন বা চটক্‌দার জিনিস রাখা উচিত। এতে করে দৃষ্টি একাগ্র হয়। এটাও শিশুর সেই খেলার সামগ্রী। সে তার দিকে আকৃষ্ট হয় এবং ধীরে ধীরে তার দিকে নিজের দৃষ্টি নিবদ্ধ হয়।

যখন শিশু বড় হয়, তখন হাতের কাছে যা পায়—তাই ধরতে আরম্ভ করে। এই সময়ে তার সামনে যদি কোন ঝলমলে চটক্‌দার জিনিস ঝুলিয়ে দেওয়া হয়, তবে সে তা ধরতে যায়। এতে তার হাতের এবং চোখের স্থিরতা আসে। আপনি নিশ্চয়ই দেখেছেন ছোট শিশুরা অনেক কিছু ধরতে চায় কিন্তু পারে না। এরকম কেন হয়? এই জন্মে হয় যে, তার চোখ জিনিসকে দেখতে পারে কিন্তু তার হাত সেই দৃষ্টি মাফিক কাজ করে উঠতে পারে না। কাজেই তাকে এমন জিনিস দিয়ে খেলানো উচিত, যাতে করে তার চোখের দেখা এবং হাতের কাজের মধ্যে সম্বন্ধ স্থির হয়। ঝোলানো জিনিসটা তার হাতের নাগাল থেকে ছুটে ছুটে গিয়ে আবার ফিরে ফিরে আসে এবং বারবার চেষ্টা করতে করতে সে অবশেষে সেটা ধরে ফেলে। এটা নিশ্চয়ই মনে রাখতে হবে যে, খেলনা বা খেলার সামগ্রী মাঝে মাঝে বদলে দেওয়া উচিত। রঙে এবং বস্তুতে বৈচিত্র্য এনে দিতে পারলে শিশু খেলায় একঘেয়েমি অনুভব করবে না।

একটু বড় হলে শিশু জিনিসের স্বাদ নিতে আরম্ভ করে। এই সময়টি বালকের ইন্দ্রিয় বিকাশের সময়। এই সময় সে হাতের কাছে যা পায় তাই মুখে দিয়ে স্বাদ অনুভব করে। এই সময়ে এইরকম খেলনা দেওয়া উচিত যাতে তার স্বাদ শক্তি নষ্ট না হয়। এই সময় আপনি যদি তাকে তুলোর খেলনা দেন, তবে তা তার মুখে লেপটে যেতে পারে। যা সহজে গলে এমন জিনিসের তৈরী খেলনা দিলে তা শিশুর মুখে চলে যেতে পারে। যে খেলনার রঙ সহজে উঠে যায় সে খেলনা শিশুকে এই সময় না দেওয়াই উচিত। খেলনার যাতে সরু মুখ বা ধারালো কিনারা না থাকে সে দিকেও লক্ষ্য রাখা দরকার।

যখন শিশু চলাফেরা করতে আরম্ভ করে, তখন তাকে এমন খেলনা দেওয়া উচিত যাতে তার মাংস পেশীগুলি মজবুত হয়ে উঠে। সে এইসময়ে কোন কিছু নিয়ে টানাটানি খেলতে ভালবাসে। কাজেই

এই সময় তাকে এই রকম খেলনা দেওয়া উচিত, যা সে নিজের ইচ্ছামত আগে পিছে টানতে পারে, ঘোরাতে পারে এবং উঠিয়ে নিয়ে যেতে পারে। যদি তার একটি ছোট্ট চেয়ার হয় তবে সে তাকে উঠিয়ে নিয়ে যাওয়া পছন্দ করবে। অন্য ছোট এবং হালকা জিনিস তার রুচিকে জাগিয়ে তুলবে। বল শিশুর একটি খুব ভালো খেলনা। সে বল ছোঁড়ে ; কারণ, তার ভেতরে এই সময়ে ছোঁড়ার প্রবৃত্তি জাগে। অনেক রকমের বল কেনা যেতে পারে। বিভিন্ন রঙের এবং বিভিন্ন আকারের বল তার কাছে রুচিকর হবে। বিভিন্ন আকারের বল দিয়ে খেলতে খেলতে তার পৃথক পৃথক মাংস পেশীর পুষ্টি হয়। বলের মতই খুব সস্তায় বালুর পুঁটলি হয়। এটাও বালকের কাছে অতীব রুচিকর। বলে একটি অসুবিধা এই যে ছুঁড়ে দিলে তা অনেক দূর গড়িয়ে যায়—ফলে বালককে তা কুড়িয়ে আনবার জন্যে ছুটে যেতে হয় ; আবার কখনো কখনো তা এত দূরে বা এরকম স্থানে চলে যায় যে, সে আর তা আনতে পারে না। কিন্তু বালুর পুঁটলিতে এ অসুবিধাটা নেই। আপনি হয়তো বলবেন, এটা কি আবার খেলনা ? আচ্ছা আপনি খুব সুন্দর রঙের ঝলমলে কাপড় এনে তাকে টুকরো টুকরো করে তাতে বলের মত গোল করে বালু ভর্তি করে সেলাই করে দিন। অথবা কাঠের গুঁড়ো দিয়ে আট দশটি পুঁটলি করে ছেলেকে দিয়ে দিন। তারপর দেখুন সে ঐগুলো দিয়ে কি সুন্দর খেলছে।

ছোট ছোট বাক্স অথবা কৌটো শিশুদের পক্ষে ভালো খেলনা। তারা ওর মধ্যে ইচ্ছে করলে কিছু রাখতে পারে। একটা বাক্সকে আবার অন্য একটা বাক্সের মধ্যে বসাতে পারে।

আরো বড় হওয়ার পর সে যখন একটি জিনিসের ভিতর অন্য একটি জিনিস রাখে, তখন তার ইন্দ্রিয় শিক্ষণের (Sense training) ব্যবস্থা করা যেতে পারে। মন্তেসরী স্কুলে আপনি দেখে থাকবেন যে, সেখানে অনেক কাঠের খেলনা থাকে। তাতে এমন অনেক ছোট

বড় ছিদ্র থাকে, যাতে সেই ছিদ্র দিয়ে সেই আকারের অন্য জিনিস গলানো যায়। এই ধরনের খেলার মধ্যে দিয়ে শিশুর মনে আকার-আকৃতি সম্বন্ধে ধারণা জন্মে। সঙ্গে সঙ্গে রঙের বিভিন্নতাও রাখা উচিত। শিশুদের এই সময়ে কোনটা কি রঙ সেই বিষয়েও শিক্ষা দেওয়া উচিত। এক রঙের কাঠ সেই রঙের ছিদ্রের ভেতর রাখা ইত্যাদি খেলা তাদের খেলানো যেতে পারে।

এই সময় শিশুর লেখার খেলায় রুচি দেখা যায়। কাজেই চক্‌খড়ি, ক্রেয়ন (**Crayon**) ইত্যাদি শিশুকে দেওয়া উচিত। যাতে সে বাড়ীর দেওয়ালগুলি নষ্ট না করে সেইজন্য তাকে শ্লেটও দেওয়া উচিত। লেখার খেলাতে শিশুর হাতের স্থিরতা আসে। তাকে রঙ্‌ বেরঙের চক্‌, পেন্সিল ইত্যাদি দেওয়া ভালো। লেখা ও লাইন টানার মধ্যে দিয়ে তারা নতুন কিছু সৃষ্টিও করতে চায়। এই সময়ে পরিষ্কার কাদা মাটি দিয়ে তাদের সৃষ্টি প্রবৃত্তিকে সন্তুষ্ট করা যেতে পারে।

একটা জিনিস মনে রাখতে হবে যে, এই কাদামাটির ভিতরে যেন কোন বীজাণু না থাকে। সে জন্যে 'ডেটল' ইত্যাদি বীজাণুনাশক পদার্থ ব্যবহার করা যেতে পারে। আপনি একটু লক্ষ্য করলেই দেখতে পাবেন আপনার ছোট্ট শিশু ঐ কাদামাটি দিয়ে কতরকমের কত আকৃতির কত খেলনা তৈরী করে। ওর মধ্যে দিয়ে তাদের সৃষ্টি নৈপুণ্য প্রকাশ পায়। আজকাল বাজারে অনেক রকম প্ল্যাষ্টিক (**plasticine**) মাটি পাওয়া যায়। তাতে লাভ এই যে, তা হাতে লাগে না এবং তা স্বাস্থ্যকরও। তা অনেক রঙের সঙ্গে মেশানো যায়। শিশুর কাছে মাটি অত্যন্ত মূল্যবান এবং মনের বিকাশের পক্ষেও তা বিশেষ উপযোগী। মাটির খেলনা তৈরী করতে করতে শিশুর কল্পনা শক্তির বিকাশ হয়।

এই বয়সে যখন শিশুর কল্পনা শক্তি বাড়ে তখন সে তার পারিবারিক গৃহস্থালীর জিনিস পত্রের অনুকরণে নানাবিধ দ্রব্য তৈরী

করে। শিশু তার পিতামাতার মতই কাজ করতে চায়। যদি তাকে উনুন, বেলুন-চাকি, রেডিও, সেলাইকল ইত্যাদি খেলনা দেওয়া যায়, তবে সে তাই দিয়ে তার নিজের একটি স্বতন্ত্র জগৎ তৈরী করে নেয় এবং সারাক্ষণ সেই খেলাতে নিবিষ্ট থাকে।

তিন বছরের শিশুর এমন খেলাই পছন্দ, যাতে একটু শারীরিক পরিশ্রম হয়। সে সাইকেলগাড়ী ইত্যাদি চালানো পছন্দ করে। বাড়ীতেও কাঠের টুকরো একত্র করে তাকে দড়ি দিয়ে বেঁধে দিলে সে তাই-ই টেনে গাড়ী-গাড়ী খেলে। এই বয়সের শিশুর ছন্দময় বা তালপ্রধান খেলায় খুব বেশী উৎসাহ দেখা যায়। দল বেঁধে নাচা, গানের সঙ্গে নাচা, নেচে নেচে দৌড়ানো এবং তালে পা ফেলা ইত্যাদি খেলাতে তার যথেষ্ট আনন্দ হয়। সে এখন থেকে সামাজিক হয়ে ওঠে এবং অন্য ছেলেদের সাথে মিলেমিশে খেলে। এ বয়সে সে পুতুল ইত্যাদি মানবাকৃতির খেলনাও ভালোবাসে। এই বয়সে যাতে কল্পনা শক্তির বিকাশ হয় এই ধরনের খেলা ও খেলনা দেওয়া উচিত। কিন্তু এটা লক্ষ্য রাখা উচিত যে খেলনা যেন সত্যিই ভালো হয় এবং খেলার অন্তর্নিহিত উদ্দেশ্যেও সিদ্ধ হয়। ধরুন, যদি তাকে যাঁতা দেওয়া হয় তাহলে এটাও দেখা উচিত যে, সে তাকে ঘোরাতে পারে কিনা। শিশুকে কোন বিষয়েই ধোঁকা দেওয়া উচিত নয়।

চার বছরের শিশু অধিকতর স্পষ্টতা এবং স্থিরতার সাথে কাজ করতে শেখে। কাঁচি দিয়ে বই বা কাগজ থেকে ছবি কাটা একটা ভালো খেলা। এতে তার স্থিরতা আসে। এখন থেকেই সে ছবি আঁকা পছন্দ করে। কাজেই তাকে খেলার জন্য রঙীন চিত্র এবং কাটবার জন্য কাঁচি দেওয়া ভালো। এর সাথে রঙীন পেন্সিল চক্‌খড়ি ইত্যাদি দিলে সে তার মনের ভাবকে রূপায়িত করে তুলতে পারে। ছোট ছোট খুকুরা পুতুলের জন্য বাড়ী তৈরী এবং তার কাপড়-চাপড় বিছানা-পত্র ইত্যাদি সংগ্রহ করতে খুবই আনন্দ

পায়। এই সময় দলবেঁধে খেলার জন্য তাদের বল ইত্যাদি দেওয়া উচিত।

পাঁচ বছরের শিশুর লাফানো ঝাঁপানো, দৌড়ানো ইত্যাদিতে অধিকতর রুচি দেখা যায়। দড়ি নিয়ে লাফানো, গড়গড়িয়ে নীচে নামা প্রভৃতি বাইরের (out door) খেলাতে বেশী রুচি দেখা যায়। এই বয়সের শিশুরা যাতে এই ধরনের খেলায় অংশ গ্রহণ করতে পারে তার ব্যবস্থা করা উচিত। এ ছাড়া অন্য সব কাজেও তার রুচি দেখা যায়। এই বয়সে কাপড় কাচা, বাড়ী পরিষ্কার করা ইত্যাদি খেলাও খেলানো যেতে পারে। এই বয়সের শিশুরা যান্ত্রিক খেলনা বিশেষ পছন্দ করে—যথা, দম দেওয়া মোটর ইত্যাদি। মঠ মন্দির, বাসাবাড়ী, মোটর, এরোপ্লেন ইত্যাদি তৈরী করার দিকেও তার বিশেষ ঝোঁক দেখা যায়। কাজেই ঐসব উপাদান (material) শিশুকে দেওয়া উচিত। টুকরো টুকরো জিনিস সাজিয়ে নানারকম আকৃতির জিনিস সে তৈরী করতে পারে। কাঠের টুকরো দিয়ে উট, বাঘ ইত্যাদি খেলনা তৈরী করতে এই বয়সের ছেলেরা বিশেষ পছন্দ করে। ৬।৭ বছরের শিশুদের এই খেলা খুবই পছন্দসই।

৬।৭ বছরের শিশুরা অভিনয় জাতীয় খেলা খুব পছন্দ করে। নকল দাড়ি, গোঁফ এবং অন্যান্য সাজপোষাক পেলে তারা তাই দিয়ে নাটক নাটক খেলা খেলে। এতে করে তাদের মধ্যে অভিনয় শক্তির বিকাশ হয়। এবং তাদের ব্যক্তিত্বের প্রকাশও হয়।

এই বয়সের শিশুদের মধ্যে কোন ব্যাপারে বিশেষ সখ (hobby) জন্মানো যেতে পারে। বাগান করার ব্যাপারে তাদের উৎসাহী করে তোলা যেতে পারে। রুচিকর কাজের সামগ্রী দিলে তারা তাতে বিশেষ কৃতিত্ব দেখাতে পারে।

খেলনার আয়ুষ্কাল সাত বছর পর্যন্ত। কেন না এই বয়সে ছেলেরা খেলনা বিশেষ পছন্দ করে। ছেলেকে খেলনা দেওয়ার আগে লক্ষ্য রাখা দরকার তার রুচি কোন দিকে এবং সেই অনুসারেই তাকে খেলনা দেওয়া উচিত।

শিশুর মানসিক সুস্থতা ও খেলা

তাহলে আপনি দেখলেন যে, শিশুর বয়স এবং বিকাশের দিকে লক্ষ্য রেখেই খেলার সামগ্রী চয়ন করা উচিত। খেলার আবশ্যকতা এবং শিশুর বিকাশের পক্ষে এর উপযোগিতা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। খেলার সুযোগ না পেলে শিশুর বিকাশ ব্যাহত হয়। দুর্ভাগ্যের কথা এই যে, দারিদ্র এবং অশিক্ষার জন্য খেলার গুরুত্ব আমরা বুঝে উঠতে পারি না। এর ফলে শিশুর বিকাশ সামান্য হয় এবং তাও স্বাস্থ্যকরভাবে হয় না। বিকাশের গতিরুদ্ধ হয়ে গেলে অস্বাভাবিক প্রতিক্রিয়া দেখা দিতে বাধ্য। শিশু তখন একটি অবোধ্য শিশুতে পরিণত হয়। সে মিথ্যে কথা বলে, তার মধ্যে একরোখামি, একগুঁয়েমি প্রভৃতি বদ দোষ দেখা দেয় এবং পড়াশুনায় পিছিয়ে পড়ে। শুধু তাই নয়, হিষ্টিরিয়া এবং অন্যান্য স্নায়বিক রোগও দেখা দিতে পারে।

আপনি প্রশ্ন করতে পারেন, কেন এরকমটি হয়? যে শিশু খেলে এবং যে শিশুকে খেলার সমস্ত সুযোগ দেওয়া হয় সে কেন অস্বাভাবিক ধরনের হয় না? এর কারণ এই যে, খেলা শিশুর বিকাশ এবং অভিব্যক্তির পথ স্বরূপ। যে-শিশু খেলে, সে তার খেলার মধ্যে দিয়েই তার ভাবনা ও মানসিক অভিব্যক্তিকে প্রকাশ করতে পারে কিন্তু যে-শিশু খেলে না, তার ভাবনা কল্পনা তার মনের অন্ধকূপেই গুমরে মরে এবং বিকৃত রূপ নেয়। খেলা বালকের বিকাশেরই খেলা। যে শিশুর খেলার সুযোগই ঘটে না— সে শুধু বিকারগ্রস্তই হয়ে ওঠে না, তার মধ্যে নানা রকম অসামাজিক মনোবৃত্তিরও সৃষ্টি হয়। সে যখন অন্য শিশুকে খেলতে দেখে তখন সে ভাবে—ওতো বেশ খেলছে কিন্তু আমি তো পারি না ওর মত খেলতে। এই যে ভাবনা—এটা তার মধ্যে সমাজদ্রোহী চিন্তাকে জন্ম দেয়। এর ফলে সে অসামাজিক কাজ করতে শেখে এবং

গুণ্ডামি করে। এই রকম করেই তার মধ্যে সমাজ বিরোধী দুষ্ট বৃত্তিগুলি বেড়ে ওঠে এবং তার মধ্যে অপরাধ-প্রবণতার বীজ অঙ্কুরিত হতে থাকে।

শিশু-অপরাধ প্রবণতার মুখ্য কারণ হোল, তার না-খেলা। অপরাধ-বৃত্তি ক্রীড়াবৃত্তিরই বিকল্প। কেন না যখন তারা খেলতে না পায়, তখন তারা মন্দ কাজ করতে চায়। এই জন্যেই আমরা দেখতে পাই যে, যেখানে দারিদ্র বেশী সেখানেই অপরাধীর সংখ্যা বেশী। যে-শিশু অবোধ্য অথবা নিউরোটিক অথবা অপরাধ প্রবণ, তাদের চিকিৎসা সহজেই করা যায়। এর চিকিৎসা খেলা। আজকাল এই ধরনের চিকিৎসার মাহাত্ম্য এত বেড়ে গেছে যে, তার নাম দেওয়া হয়েছে—খেলার দ্বারা চিকিৎসা বা (Play therapy)।

মনোবিজ্ঞানীরা বলেন যে, এই প্রণালীতে, শিশু খেলার মধ্যে দিয়ে তার ভাবনাগ্রস্ত মনকে বাইরে প্রকাশ করতে পারে। শিশুকে যদি এই ধরনের সামগ্রী দেওয়া যায়, যা সে ভেঙে চুরে খেলতে পারে অথবা তা দিয়ে নতুন কিছু তৈরী করতে পারে, তাহলে তার মধ্যে দিয়েই শিশুর ভাবনার স্ফুর্তি ঘটতে পারে। ক্রীড়ারত শিশুকে লক্ষ্য করলে তার চিন্তার চেহারাটিও জানা যায়। বারবার খেলতে খেলতে তাদের ভাবনার উগ্রতাও কমে আসে এবং এতে করেই মনোবিজ্ঞানীরা তাদের মনের অস্বস্তি বা অসুবিধার কারণগুলি খুঁজে বের করতে পারেন। এইভাবেই তাদের মনের উগ্র বৃত্তিগুলির এবং ভাবনার বিশুদ্ধি-করণ হতে পারে। কোন জিনিস দেখলেই তারা তাদের মনের বিরোধ এবং বিরাগকে তার মধ্যে আরোপ করেন। যেমন ধরুন কোন শিশু তার পিতার ওপর খুবই অসন্তুষ্ট, সে করবে কি—খেলার সময় সে তার সেই অসন্তুষ্টি বা ক্রোধকে কোন খেলার সামগ্রীর ওপর আরোপ করবে এবং সেই খেলনাকে খুব মারপিট করবে, ধমকাবে, শাসন করবে। সে যে এইরকমটি করলো, তার অর্থ হোল এই যে, তার মনের ঝাল মিটে

গেল এবং উগ্রতাও কমে গেল তার বিশেষ একটি বৃত্তির।

খেলার দ্বারা চিকিৎসা পদ্ধতিটি কিন্তু খুব বেশী সহজ বা সরল নয়। স্থানাভাবের জন্যে এই বিষয় বিশদ আলোচনা সম্ভব নয়। কিন্তু আসল কথাটা এই যে খেলার দ্বারা শিশুর চিন্তাধারার বিকাশ ও পরিশোধন হয়ে থাকে।

খেলার সাথী

শিশুর সর্বাঙ্গীন বিকাশের জন্য খেলার দ্রব্যাদির মতন উপযুক্ত খেলার সাথীও শিশুর পক্ষে বিশেষ প্রয়োজন। আপনি একমাত্র সন্তানের মা হলে এই কথাটি সকল সময় মনে রাখবেন যে, সমবয়সী-দের সাথে, খেলাধূলার মধ্যে দিয়েই শিশুর সামাজিক শিক্ষা সুরু হয়। দলবদ্ধ খেলার মধ্যে দিয়ে এক শিশু অন্য শিশুর দেখে দেখে অনেক কিছু শিখতে পারে। সে বুঝতে শেখে, তার কাছে অন্য বন্ধুরা কি আশা করে। আত্ম-নির্ভরতা, উদ্যম, শৃঙ্খলাজ্ঞান, নায়োকচিত ব্যবহার ইত্যাদি গুণের বিকাশ, দলীয় খেলার মাধ্যমেই শিশুর চরিত্রে বিকাশ লাভ করে থাকে। সাথীদের বয়স আর শিশুর বয়সের তফাৎ যদি খুব বেশী হয়, সে ক্ষেত্রে বয়স্ক শিশুটিরই সর্দারী করার সম্ভাবনা থাকে বেশী। এসব ক্ষেত্রে শিশুর উদ্যম-উৎসাহ পদে পদে ব্যাহত হওয়ার ফলে তার ব্যক্তিত্ব পরিপূর্ণভাবে নাও গড়ে উঠতে পারে। অন্যদিকে আবার শিশুর বয়স যদি তার সঙ্গী-সাথীদের বয়সের চেয়ে অনেক বেশী হয়, তাহলে তাদের ওপর সর্দারী করার ফলে তার মনে এই ধারণা জন্মাতে পারে যে, সকলকে শাসন করবার জন্যই বুঝি সে জন্মেছে। সব সময়ই যে এই দোষগুলি ঘ'টে থাকে এমন কথা আমরা বলছি না। তবে শিশুদের খেলার সাথীরা যত বেশী সমবয়সী ও সমবুদ্ধি সম্পন্ন হয় ততই ভালো।

একলা খেলা

দলবদ্ধ খেলার যেমন শিশুর জীবনে বিশেষ প্রয়োজন আছে,

তেমনি মাঝে মাঝে একলা খেলাও শিশুর পূর্ণ বিকাশের পক্ষে আবার অত্যন্ত সহায়ক। শিশুরা যাতে একলা একলা খেলে, সেদিকেও মায়েদের লক্ষ্য রাখা দরকার। শিশুর কলধ্বনি বা আপন মনে কথা কওয়া ইত্যাদি শুনলে অনেক মা উতলা হয়ে প্রায়ই শিশুকে কোলে নিতে ছুটে আসেন। ঐ সময়ে অমনটি না করে তিনি যদি শিশুটিকে একলা খেলার সুযোগ দেন, তা হলে সে আপন মনে বেশ খুসীর সঙ্গেই খেলতে পারে।

বড়দের হস্তক্ষেপ শূন্য অবাধ একলা খেলার মধ্যে দিয়ে শিশুর নিজের পছন্দ-অপছন্দ জ্ঞান হয়, সে কোন বিষয়ে সিদ্ধান্ত করতে শেখে, কাজে তার একাগ্রতা আসতে সুরু হয় এবং সবদিক দিয়ে তার স্বাধীনসত্তার বিকাশ ঘটতে থাকে।

একলা খেলার সময় শিশু যদি কোন খেলা ঠিক মত নাও খেলতে পারে, তবুও তার খেলার মধ্যে হস্তক্ষেপ করা উচিত নয়। অভিজ্ঞতার মধ্য দিয়ে তাকে নিজে শিখতে দিন। খেলায় আপনি যদি নিতান্তই শিশুকে সঙ্গ দিতে চান, তবে শিশুর নির্দেশ অনুযায়ী চলুন। আপনার ইচ্ছা, আপনার অভিজ্ঞতা তার ওপর জোর করে চাপিয়ে দেবার চেষ্টা করবেন না।

গল্প শোনানো

শিশুদের ক্রীড়া-জীবনে গল্প শোনার একটা বিশেষ স্থান আছে। মায়েরা যদি একবার বুঝতেন, যে গল্প শিশুর জীবনে কত আনন্দ, কত শিক্ষা দিয়ে থাকে, তাহলে তাঁরা শিশুদের গল্প শোনাতেই মোটেই কার্পণ্য করতেন না। শিশুদের কাছে কি গল্প বলবো ? এই কথা ভেবেও অনেকে মায়েরা ছোটদের কাছে গল্প বলতে চান না। তাঁদের জানা উচিত শিশুদের কাছে বলার জন্য জটিল আখ্যান-উপাখ্যানের প্রয়োজন হয় না। ছোট ছোট সরল কাহিনী—যাতে শিশুদের জীবনই প্রতিফলিত হয়, সেইসব সরল গল্প শিশুরা খুব

পছন্দ করে। মা-বাবার ছেলেবেলার দিনের গল্পও শুনতেও তারা খুব ভালোবাসে। আর মা-বাবা যদি তেমন উৎসাহী হন, গল্পের জন্য তারা যে কোন দেশী-বিদেশী ছোটদের গল্প-সংগ্রহ বই থেকে গল্প বলতে পারেন।

অবশ্য দু'বছর বয়স না হলে শিশুরা ঠিক ধীর-স্থির হয়ে বসে গল্প শুনতে পারে না, তবে এ সময় তাদের হাতে ঝক্‌ঝকে, রঙচঙে ছবির বই দিলে তারা খুব খুশী হয়। এ সব ছবি অবশ্য তার পরিবেশে ও অভিজ্ঞতার মধ্যে হলেই ভালো হয়। ছড়া, সুর, এসবও তার খুব ভাল লাগে। দু'বছরের পর থেকে যদি তাকে গল্প বলা হয় বা ছবির বই পড়ে শোনানো হয়, তা হলে শিশু তা বেশ পছন্দ করে।

শিশু কামনা করে যে, পরিবারের মধ্যে তাকে 'এলেবেলে' মনে না করে তাকেও বেশ একজন বলে মনে করা হোক; তার দিকেও বাহ্যিক একটু বিশেষ নজর দেওয়া হোক। কাছে টেনে একটি গল্প বলা, একটু পড়ে শোনানো, একটি ছড়া শোনানো, কিছুক্ষণের জন্য তাকে সঙ্গ দেওয়া, তাকে মাঝে মাঝে বেড়াতে নিয়ে যাওয়া ইত্যাদির মধ্যে দিয়ে শিশুর এই আকাঙ্ক্ষা বহুল পরিমাণে চরিতার্থ হয়ে থাকে। যে সব শিশুরা প্রায়ই ঘ্যান্‌ঘ্যানানি-প্যানপ্যানানি, খিট্‌খিটে মেজাজ বা রাগ জিদ্ ইত্যাদির দ্বারা দৃষ্টি আকর্ষণ করতে চেষ্টা করে তাদের প্রতি অভিভাবকরা উপরোক্ত ব্যবহার করলে তাদের আচরণও যে কত পাল্টে যায় তা সহজেই দেখতে পাবেন।

উপসংহার

বড় বালকদের জন্যও খেলার যথেষ্ট আবশ্যকতা আছে। খোলা মাঠে খেলা (**outdoor game**) শিশু, কিশোর এবং যুবক সকলের পক্ষেই উপযোগী। এই সমস্ত তাদের মনোবৃত্তিকে সুস্থ ও সবল করে তোলে, তাদের সামাজিক গুণ সম্পন্ন করে তোলে এবং

সেই সঙ্গে চরিত্রগঠনেরও সহায়তা করে। সহনশীল এবং সচ্চরিত্র লোককেই খেলোয়াড় বলা হয়। সব চেয়ে বড় কথা এতে করে শরীর গঠন হয়।

এই ধরনের বাইরের খেলার জন্য সুপরিকল্পিত ব্যবস্থার প্রয়োজন। আমাদের দেশে অনেক খেলার উন্নততর ব্যবস্থা ও তার রীতিনীতি গুলোকে সম-মানের (standardised) করা উচিত। বিদেশী খেলাও আমদানী করার প্রয়োজনীয়তা আছে। তরুণ এবং যুবকদের জন্য এই খেলা বিশেষ গুরুত্বপূর্ণ। এই সব খেলাতে চরিত্রের শিক্ষা ব্যবহারিক রূপে অর্জন করা যায়। খেলার মাঠে মানুষ ধৈর্য, সহনশীলতা, অধিনায়কের আজ্ঞানুবর্তিতা সমূহ অনু-শাসন (group discipline), নিয়ম পালন, সহকারিতা প্রভৃতি সামাজিক গুণের শিক্ষা পায়। এ সব গুণ ছাড়া মানুষ কখনো ভালো খেলোয়াড় হতে পারে না। সমাজে থেকে অপরের সহ-যোগিতায় (co-operation) কাজ করার খুব ভালো শিক্ষা এতে পাওয়া যায়। এ ছাড়াও মানুষের মধ্যেকার ঝগড়া-বিবাদ করার প্রবৃত্তিরও বিশুদ্ধিকরণ হয়ে যায়।

দেশের শ্রীবৃদ্ধি ও প্রগতির জন্য খেলার গুরুত্ব উপলব্ধি করবার বিশেষ প্রয়োজন রয়েছে। এবং এর জন্য জাতীয় পরিকল্পনারও (National planing) প্রয়োজন। মাতা পিতা এবং শিক্ষকদের খেলার ব্যাপারে বিশেষ জ্ঞান ও অভিজ্ঞতা থাকা দরকার। শিশুদের সত্যিকার বিকাশ তখনি সম্ভব যখন ঠিক ঠিক ভাবে খেলতে পায়। সমস্যাসঙ্কুল প্রাত্যহিক জীবনের জটিল আচার ব্যবহারের সাথে সেই খেলোয়াড়ী মনোবৃত্তিকে যোগ করেই তারা সত্যিকারের বড় হয়ে ওঠে।

বয়সোপযোগী খেলনার তালিকা

০—৬মাস : প্রথম কয়েক মাস, খেলার জন্য শিশুর কোন উপকরণের প্রয়োজন হয় না। এই সময় নিজের হাত-পা ছুঁড়ে সে খেলে এবং এতেই সে আনন্দ পায়। ৫।৬ মাস বয়স থেকে শিশুর হাতে রঙচঙে নানান আকারের কাঠের খেলনা, রবারের খেলনা ঝুমঝুমি এই সব দেওয়া যেতে পারে। এই সব খেলনা উজ্জ্বল লাল রঙের হলেই ভালো হয়।

৬—১২মাস : এই সময় খেলনার রঙ উজ্জ্বল লাল, হলদে বা সবুজ হওয়া দরকার। খেলনার আকৃতি লম্বা, গোল বা চৌকো হলেই ভালো। খেলনার উপাদান রবার, কাঠ বা টিন হওয়া বাঞ্ছনীয়। ঘণ্টা, বাঁশী, ঢোল ইত্যাদি এই সময়কার খেলনা।

১২—১৮মাস : রবারের রঙীন বড় বল, ঠেলে বা টেনে নিয়ে যাওয়া যায়, এমন খেলনা, ছোট কাঠের গাড়ী, উজ্জ্বল রঙের কাঠের বড় অথচ হাল্কা ব্লক ; উঠে চড়বার মতন কাঠের বাক্স বা সিঁড়ি ; স্বল্প উচ্চতা যুক্ত গড়ান-খাওয়ার জায়গা (Slide), তিন চাকার গাড়ী ইত্যাদি এই সময়ের খেলনা।

১৮মাস—২ বছর : নিজে উঠিয়ে নিয়ে যাবার মতন ছোট চেয়ার, রঙীন চক্ বা পেন্সিল এবং কাগজ, তুলোভরা পুতুল, ছবির বই, পুতুলের গাড়ী, তিন চাকার গাড়ী, চলার জন্য, মাটীতে পাতা কাঠের পাটা (১″×১০″×১০″) : একটু বড়দের জন্য কাঠের পাটাটা মাটী থেকে ৫′৬ ইঞ্চি উঁচুতে পাতলে ভালো হয়।

২—৩বছর : এই বয়সে কাঠ, মাটি, রবার, টিন ইত্যাদি বিভিন্ন ধাতুর ও বিভিন্ন রঙের খেলনা শিশুদের হাতে দেওয়া যেতে পারে ; লাইন পাতা রেল গাড়ী, দম দেওয়া খেলনা, বালি এবং বালি নিয়ে খেলার জিনিস, ছোট ছোট কাঠের বাক্স, মালাগাঁথার জন্য বড় বড় পুঁথি, ছোট কাঁটা, বড় ফাঁপা ব্লক, সিঁড়ি বেয়ে

ওঠবার জন্য সাজানো থাক, দোলনা, ট্রাইসাইকেল (একলা চালাবার মতন)। ছড়া, গান ইত্যাদিও এই সময় শেখানো যেতে পারে।

৩—৪বছর : কাগজ-কাঁচি, ছবি কাটা, গল্প বলা রান্না-রান্না খেলার জিনিস, ধোওয়া চলে এমন ধারা ধাতুর তৈরী পুতুল, ছবিতে রঙ বোলাবার বই ও রঙ তুলি ; দোলনা, ইত্যাদি এই বয়সের এবং বাড়ীর আজে বাজে জিনিস যেমন, সুতার কাটিম, পিজবোর্ডের বাক্স, পাউডারের বাক্সও খেলার উপযোগী।

৪—৬বছর : কাদা-মাটি নিয়ে কিছু গড়া, ছবি আঁকা, পুতুলের ঘর-বাড়ী, বলখেলা, দোলনা লুকোচুরি, দেয়ালে বা বেড়াতে শক্ত করে আটকানো, ছোট ছোট মই, রঙীন কাগজ কেটে ফুল করা, গান, তালে নাচা ইত্যাদি। এই সময় খেলার সাথীও দরকার।

৬—৭বছর : বল খেলা, স্কিপিং, সহজ বোনা, পুতুল ও পুতুলের সাজগোজ, কল্পনামূলক খেলা, অভিনয়, পুতুল-নাচ, রূপকথা ইত্যাদি ছেলেদের ভালো লাগে।

৭—৮বছর : বাষ্পচালিত খেলনা, ছোট-বড় অদ্ভুত ধরনের পুতুল ; যে সব পুতুল অদ্ভুতভাবে হাঁ করে বা বিচিত্রভাবে নড়াচড়া করে, তা এই সময় শিশুদের অতি প্রিয়। হাতের কাজের জন্য ছোট ছোট যন্ত্রপাতি, ধাঁধা, দড়ির মই, পা-গাড়ী, বাইসাইকেল, বড় গড়ানে (Slide) ডাক টিকিট সংগ্রহ ইত্যাদি এই বয়সের প্রিয় খেলা।

৮—৯বছর : ছেলেরা ফুটবল, ক্রিকেট, কপাটি, লাট্টু ইত্যাদি নিয়ে দল বেঁধে খেলা খেলতে ভালোবাসে প্রতিযোগিতা-মূলক খেলা এই বয়সেই দেখা যায়। যে সব খেলায় তাল বা ছন্দ থাকে মেয়েরা সেই রকম খেলা খেলতে ভালোবাসে। পুতুলও তাদের আনন্দ দেয়। মডেল তৈরী, রঙীন কাগজের ফুল ইত্যাদি

তৈরী, ছবির বিভিন্ন অংশ কেটে জোড়া লাগানো, পিংপং, দাবা, সংগ্রহের নানান শখ ইত্যাদি খেলাও এই বয়সের উপযোগী।

৯—১২বছর : এই সময় দল বেঁধে খেলা তাদের খুব ভালো লাগে। যে-সব খেলায় অঙ্গ-প্রত্যঙ্গাদির বিশেষ প্রয়োজন সেই সব খেলা তাদের খুব প্রিয়। এই সময় থেকে তারা খেলার বাঁধা নিয়ম মেনে চলে। প্রত্যেকেই আপনার দক্ষতা দেখাতে চায় এবং সঙ্গীদের কাছ থেকে প্রশংসা পেতে চায়। ছেলেরা এই সময় কিছুটা পরিমাণে যন্ত্রবিদ্ হতে চায়। হাতুড়ি, বাটালি, করাত দিয়ে সে ছোট খাটো কাজ করে বা কিছু তৈরী করে আনন্দ পায়। বাগানের কাজ বা পশু-পাখী পালনেও তার আনন্দ এবং কৌতূহল দেখা যায়। ক্যামেরা, রেডিও, তাস খেলা, দাবা খেলা ইত্যাদি বিষয়ে তার বেশ আগ্রহ দেখা যায়।

মেয়েদের ঘরের কাজ, বোনা, সেলাইয়ের কাজ, অভিনয় গান ইত্যাদিতে আগ্রহ দেখা যায়।

ছেলেমেয়েদের মধ্যে গল্পের বই পড়ার আগ্রহ এই বয়সেই বেশী হয়ে থাকে।

* প্রথম প্রকাশ, অক্টোবর —১৯৫৫

* সম্পাদক
নির্মল চৌধুরী

* প্রকাশক
সলিল পাল
কিশোর কল্যাণ কেন্দ্র
১৩।২, কাঁটাপুকুর থার্ড বাই লেন
হাওড়া

* শিল্পী
রামকৃষ্ণ দত্ত
অরবিন্দ রায়

* মুদ্রক
শ্রীঅশোক কুমার মল্লিক
শ্রীদুর্গা প্রেস
২।৩, লক্ষ্মীনারায়ণ চক্রবর্ত্তী লেন
হাওড়া

* প্রাপ্তিস্থান
অশোক লাইব্রেরী
১৫।৫, শ্যামাচরণ দে ষ্ট্রীট (কলেজ ষ্ট্রীট)
কলিকাতা—১২

শিশু-লালনী গ্রন্থমালা শিশু-লালনী গ্রন্থমালা

প্রকাশিত পুস্তিকাবলী

১। শিশু ও শৈশব (দ্বিতীয় মুদ্রণ)
২। শিশু পালনে কোন্‌টী চাই—
বংশগতি না পারিপার্শ্বিক (দ্বিতীয় মুদ্রণ)
৩। আপনার শিশু কি লেখাপড়ায়
পিছিয়ে পড়ে ? (দ্বিতীয় মুদ্রণ)
৪। কিশোর ও কৈশোর (দ্বিতীয় মুদ্রণ)
৫। শিশু অপরাধ ও অপরাধী (দ্বিতীয় মুদ্রণ)
৬। শিশুর ব্যক্তিত্ব ও চরিত্র গঠন
৭। অবোধ্য শিশু
৮। ছোটদের খেলা ও খেলনা

শি শু-লা ল নী  গ্র ন্থ মা লা

প্রতিটির দাম
চার আনা মাত্র